

сферах, чем у представителей младшего подросткового возраста.

Волкова Л.В.

г. Екатеринбург

### **Тренинг креативности**

Определяя понятие творчество, многие понимают его как деятельность, создающую нечто новое, оригинальное, что потом входит не только в историю развития самого творца, но в историю развития науки, искусства, т.е. творчество как выход за пределы уже имеющихся знаний, преодоление, опрокидывание границ. По мнению М.Г. Ярошевского, «творчество означает созидание нового, под которым могут подразумеваться как преобразования в сознании и поведении субъекта, так и порождаемые им, но и отчуждаемые от него продукты».

Сущность творчества проявляет себя в творческих продуктах: идеях, поведении, материальных объектах.

К. Роджерс понимал под творческим процессом как создание с помощью действия нового продукта, вырастающего, с одной стороны, из уникальности индивида, а с другой – обусловленного материалом, событиями, людьми и обстоятельствами жизни».

В настоящее время принято выделять две группы подходов к определению сущности творчества:

- 1) подходы, ориентированные на поиск источников;
- 2) подходы, ориентированные на процесс.

В первую группу могут быть включены, по крайней мере, три подхода:

1. Психоаналитический подход утверждает, что творчество является результатом внутриличностных конфликтов. Творческий процесс по сути своей есть экстернализация продуктов воображения посредством взаимодействия примитивных и более зрелых типов мышления.

2. Гуманистическая психология считает, что творчество возникает, когда отсутствуют внутриличностные конфликты. Творческий процесс является реализацией естественного творческого потенциала в случае устранения внутренних барьеров и внешних препятствий.

3. Психометристы, такие как Дж. Гилфорд, считают, что природный творческий потенциал индивида определен генетически и может быть измерен только стандартными тестами. Творческий процесс представляет собой взаимодействие двух противоположных типов мышления: дивергентного и конвергентного.

В группу подходов, ориентированных на процесс, можно отнести позицию ассоцианистов, которые считают, что творчество человека есть результат его способности находить отдаленные ассоциации в процессе поиска решения проблемы. Гештальт-психология исходит из того, что творческое мышление – это и не логические, пошаговые действия и не разрозненные ассоциации, а более определенное реструктурирование целостной ситуации.

Если творчество понимается как процесс, имеющий определенную специфику и приводящий к созданию нового, то креативность рассматривается как потенциал, внутренний ресурс человека. Под креативностью понимают способность человека отказаться от стереотипных способов мышления или способность обнаруживать новые способы решения проблем или новые способы выражения. Смит рассматривают креативность с психоаналитической точки зрения, определяя ее как способность принимать материал из подсознания в сознание.

Учитывая то, что носителем творчества является человек, а креативность является его неотъемлемым атрибутом, соответственно креативность – это способность человека к конструктивному, нестандартному мышлению и поведению, а также осознанию и развитию своего опыта.

Креативность проявляет себя многообразно. Это быстрота, гибкость, точность, оригинальность мышления, богатое воображение, чувство юмора, приверженность высоким эстетическим ценностям, степень детализации образа проблемы. Существенным условием актуализации этой способности является самообладание и уверенность в себе.

Креативность равно необходима человеку в деятельности и общении, в повседневной жизни.

Созидание в профессиональной работе с людьми исключает стандартные действия и не может не носить творческий характер. Креативность помогает находить оригинальные решения сложных технических, организационных, научных проблем, создавать художественные произведения.

Человеку необходимо преодолеть закреплённый в обыденном сознании стереотип, согласно которому творчество – это удел ученого, композитора, художника, писателя, профессионала высшей категории. Я считаю, что креативность не имеет ограничений для своих проявлений, она присуща и домохозяйке, и дворнику. Креативный человек обладает большей, по сравнению с людьми с непроявленным творческим потенциалом, привлекательностью в общении. Он притягивает к себе людей, которые проводят с ним длительное время, не замечая его течения, так же как мы это делаем, сидя у огня или глядя на набегающие на берег моря волны. При этом привлекательность творческого человека связана не только с его постоянным развитием, изменением, но и с его открытостью к иному опыту, которая, в свою очередь, замыкает этот круг, или, что

точнее, продолжает спираль развития. Креативность выступает мощным фактором развития личности, определяющим ее готовность изменяться, отказываться от стереотипов.

Основная цель тренинга – это осознание креативности в себе и ее развитие. В подчиненном отношении к основной цели находятся задачи осознания и преодоления барьеров проявления креативности, осознания характеристик креативной среды, формирования навыков и умений управления креативным процессом.

#### Программа тренинга

Фаза контакта. Цель: создание дружественной, творческой групповой атмосферы, снижение уровня психологической защиты участников группы, усвоение норм и правил групповой работы.

На данной фазе я предлагаю использовать упражнение, которое называется «Угадай мое имя».

Цель упражнения: знакомство с участниками тренинга; повышение их активности, степени включенности в работу.

Каждый участник будет называть три слова, которые каким-то образом связаны с его именем. При этом само имя назвать не нужно. После того, как прозвучат три слова, дающие информацию об имени того, кто их назвал, участники должны понять, как зовут этого человека и сказать его имя.

Данное упражнение дает материал для обсуждения многих феноменов, относящихся к содержанию тренинга: ассоциативного мышления, барьеров проявления креативности (в частности, стереотипности мышления), влияния маловероятных факторов на взаимодействие людей и т. д. Выполнение задания оказывает мотивирующее влияние на участников, так как само собой происходит сравнение вариантов представления в сознании каждого участника,

опирающееся на субъективные критерии стандартности – нестандартности, адекватности – неадекватности.

Фаза лабилизации. Упражнение «Зоопарк». Дополнительные средства: музыкальный проигрыватель.

Звучит музыка в течение 60 секунд. Задача каждого участника представить под музыку животное, затем изобразить его. Данный вариант представления активизирует один из механизмов творческого процесса, при котором происходит неоднократная проработка проблемы логическими средствами (левополушарные процессы) и ее перевод в образную форму, ассоциирование появляющихся идей с содержанием опыта (правополушарные механизмы).

Фаза обучения. Цель: повысить уровень развития мыслительных процессов.

1. Упражнение, направленное на выявление дивергентного (нестандартного) мышления.

Участники делятся на несколько групп так, чтобы в каждой было по три-четыре человека. Команды должны в течение 2 минут придумать как можно больше способов применения какого-либо предмета (например пробка из-под бутылки сока). Когда время заканчивается, команды зачитывают свои варианты, и повторяющиеся способы использования предмета вычеркиваются. Затем идет обсуждение упражнения.

2. Упражнение, направленное на снятие стереотипов мышления, развитие воображения, гибкости мышления.

Участники разбиваются на подгруппы по 4—5 человек в каждой. «Каждый из нас, по очереди, будет предлагать любую, самую невероятную ситуацию, формулируя ее, например, так: представим себе, что все люди на Земле спят днем, а ночью все делают. После того как ситуация предложена, все (в том числе и участник группы, предложивший

ситуацию) говорят, какие они видят плюсы, минусы и интересные моменты в этой ситуации.

Фаза завершения. Рефлексия. Участники осознают качественные изменения, которые произошли с ними в ходе тренинга. Вопросы: Что дала тебе тренинговая работа? Произошли ли в тебе какие-либо изменения? Как в будущем можно использовать приобретенные навыки в учебной деятельности, работе, повседневной жизни.

*Литература:*

1. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехнологии. М.: 2000.
2. Гиппиус С.В. Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств. СПб.: Речь, 2001.
3. Психология. Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. 2-е изд., испр. и доп. М.: Политиздат, 1990.
4. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов на-Дону: Феникс, 2006.
5. Шепелева Л.Н. Программы социально-психологических тренингов. СПб.: Питер, 2008.

Дубкова М.С., Южакова Т.И.

г. Омск

**Диагностика психофизиологической готовности  
к обучению по профессии «оператор ЭВМ»**

При наборе обучающихся в профессиональное училище № 52 г. Омска проводится психодиагностическое обследование первокурсников с целью выявления уровня их психофизиологических возможностей, так как одна из важнейших задач педагогического коллектива состоит в